

ALEGE INTELIGENT, MĂNÂNCĂ SĂNĂTOS!

Factori de risc comportamentali și alimentari

46% din decese la nivel mondial sunt atribuite factorilor de risc comportamentali⁽¹⁾

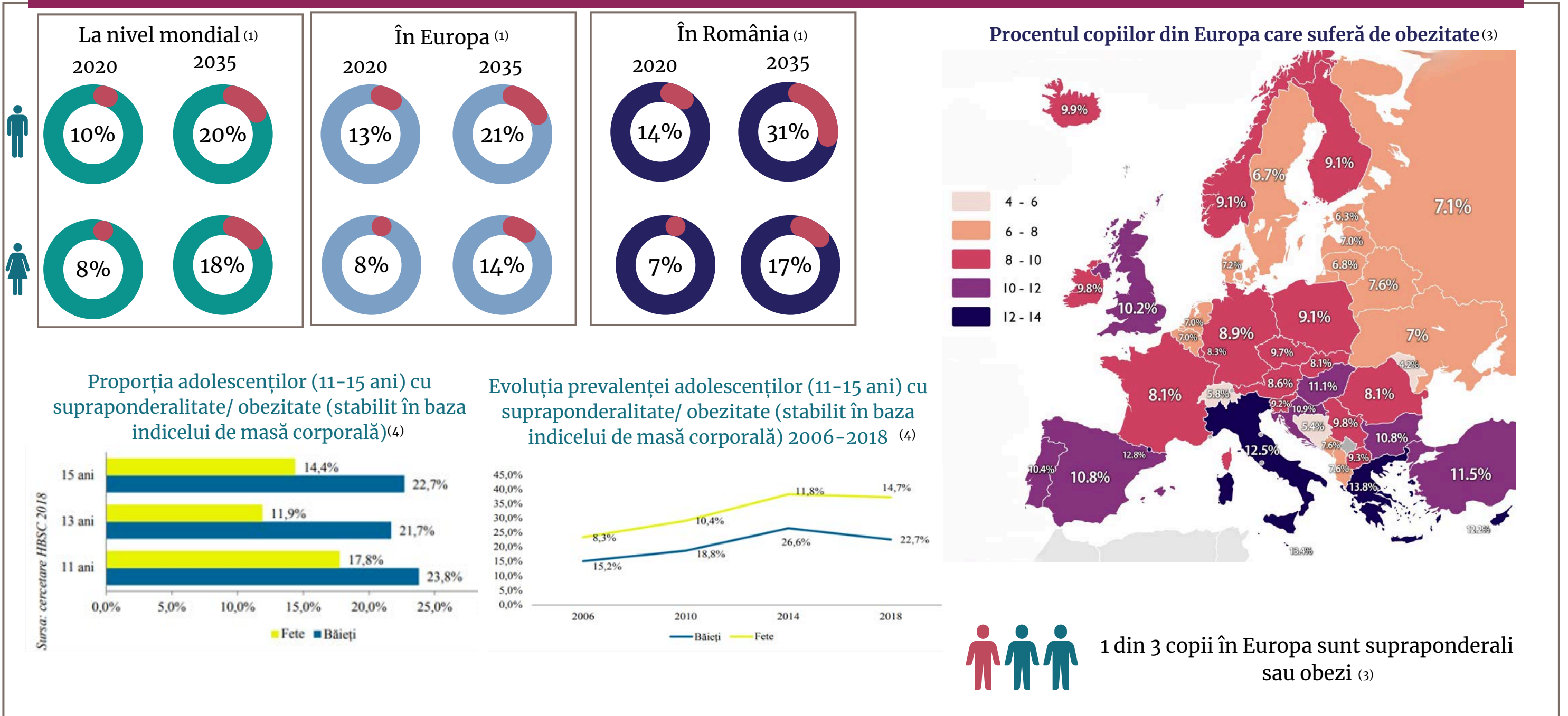
Europa: 17% din decesele înregistrate sunt atribuite factorilor de risc alimentari⁽²⁾
România: 25%

Factori de risc: supraponderalitatea și obezitatea

130% excesul de greutate și obezitatea sunt responsabile de 1,2 milioane decese anual, 13% din mortalitatea totală în Europa⁽²⁾

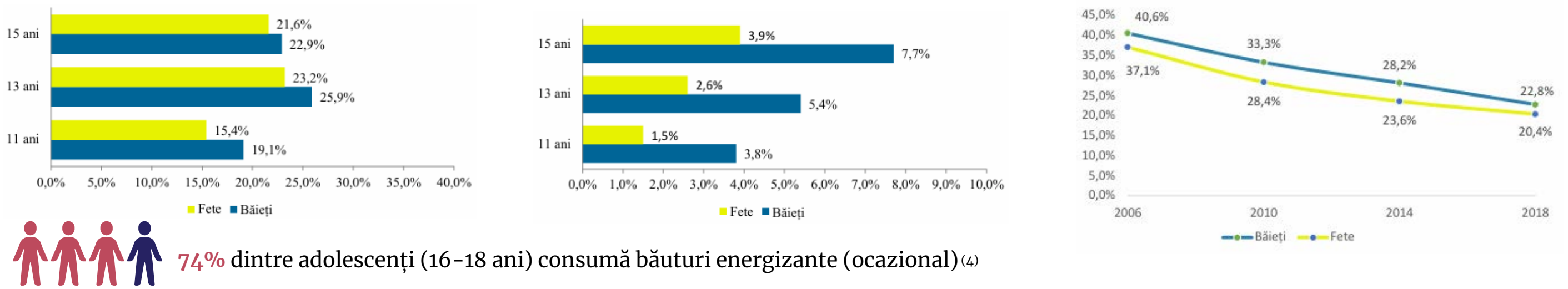
excesul de greutate și obezitatea sunt responsabile de 200 000 de cazuri de cancer anual în Europa⁽²⁾

Supraponderalitatea și obezitatea la copiii și tinerii cu vârsta cuprinsă între 5-19 ani



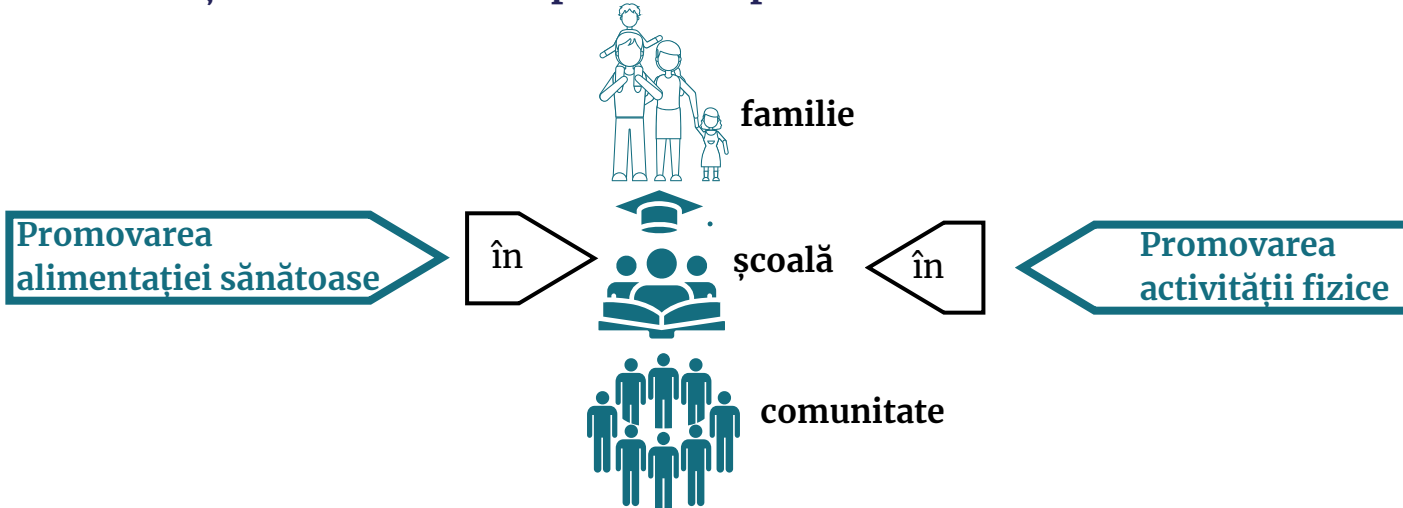
Supraponderalitatea și obezitatea în rândul adolescenților este cauzată și de consumul în exces de băuturi cu adaos de zahăr

Consumul de băuturi carbogazoase, energizante și evoluția acestuia în România în rândul adolescenților (11-15 ani)⁽⁴⁾



Identificarea soluțiilor (1)

Prevenția trebuie să înceapă cât mai precoce.



Reglementarea industriei alimentare și a băuturilor

Cele mai eficiente politici pentru a combate obezitatea infantilă includ:

Impunerea unei taxe pe băuturile dulci;

Restricționarea comercializării alimentelor nesănătoase pentru copii în apropierea unităților de învățământ;

Solicitarea unei etichete clare pe partea din față a ambalajului.

Alegerile trebuie făcute după o prealabilă informare asupra conținutului alimentelor și efectului asupra sănătății



Acțiuni politice privind reducerea excesului de greutate și obezității:

- Încurajarea reducerii consumului de sare, zahăr și grăsimi;
- Încurajarea creșterii consumului de fructe și legume;
- Reducerea inegalităților în materie de alimentație între grupurile populaționale.

Bibliografie

1. <https://iris.who.int/handle/10665/353747>
2. https://health.ec.europa.eu/document/download/f427c4df-b6e5-455e-880c-600964b40a11_en?filename=2023_chp_ro_romanian.pdf
3. <https://landgeist.com/2023/02/18/obesity-among-children-in-europe/>
4. <https://hbsc.org/network/countries/romania/>